



## BALANS *plus* (meer dan een training!)

### Onbalans

Het lijkt wel of er een aanzienlijke stroomversnelling plaatsvindt in de hectiek van de samenleving. Zowel zakelijk als privé gaat het (of moet het) steeds sneller en moet er steeds meer. Waar houdt het op en waar trekken we een grens. Moeten we 'gewoon' accepteren dat de eisen vanuit onze omgeving onbegrensd aan ons worden gesteld? En hier dus ook in mee gaan rennen? En kunnen we zelf inschatten waar onze grenzen liggen, zodat we deze ook kunnen communiceren naar onze omgeving? En daarmee ook feitelijk grenzen trekken in wat we wel of niet aankunnen? De eisen die vanuit de omgeving aan ons worden gesteld leiden er toe dat we continu bezig zijn. Doen we nog wel de goede dingen en zijn we nog wel in staat om de dingen goed te doen.

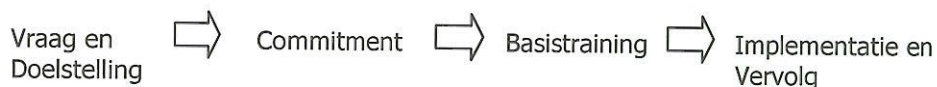
Ervaren we een goede balans tussen werk en ons persoonlijk welbevinden?

### BALANS *plus*

BALANS *plus*<sup>TM</sup> kenmerkt zich door het persoonlijk welbevinden van ieder individu in het team als belangrijke randvoorwaarde voor maximaal presteren te zien en te ervaren. Zelfvertrouwen, onderling vertrouwen, durf, openheid en bereidheid tot groei vormen het fundament van *persoonlijk welbevinden*. Een fundament dat een positief effect heeft op de kracht en effectiviteit van de organisatie. Dit biedt volop kansen voor de werknemer en de organisatie.

### Aanpak

BALANS *plus* wordt aangeboden in een proces dat zich als volgt schematisch laat weergeven:



#### Basistraining:

BALANS *plus* start met een Basistraining. Deze bestaat uit vier delen. De trainingsgroep is nooit groter dan 12 personen. In een grotere groep is het niet mogelijk de deelnemers de juiste intensieve aandacht te geven. De training wordt verzorgd door minimaal twee trainers. Daarmee worden de benodigde trainingscompetenties in de juiste balans aangeboden.

### Uitvoering

Stap 1 = Kennismaking, doelstellingen, presentatie over bewustwording en samenwerking- en management onderwerpen

Stap 2 = Individuele intakegesprekken en persoonlijke terugkoppeling

Stap 3 = 2 daagse training / verdieping van INZICHT & BALANS

Stap 4 = 1 dag terugkoppeling en voorbereiding voor een eventueel vervolg

## Vervolg

BALANS *plus* staat garant voor ontwikkeling in de onlosmakelijke samenhang tussen presteren en welbevinden. Dit zowel ten aanzien van individuen, teams en organisaties. BALANS *plus* opent de mogelijkheden voor doorlopende ontwikkeling. Zowel gericht op de veranderingen in organisaties als ook gericht op de persoonlijke verandering bij mensen. Na stap 4 is BALANS *plus* dus niet klaar. BALANS *plus* breekt open, zorgt voor bewustwording en brengt werk en welzijn samen tot een eenheid. Het vervolg van BALANS *plus* bestaat uit een aantal modules die gericht zijn op de verdere persoonlijke ontwikkeling. De ervaringen vanuit BALANS *plus* vormen een uitstekende basis voor een op maat gesneden vervolgproces.

## De begeleiders

Het uitvoeren van de training vraagt bijzondere expertise en ervaringen van de trainers. Beide trainers zijn ervaringsdeskundigen met betrekking tot hun specifieke rollen. Enerzijds gericht op het fysieke en mentale welzijn en anderzijds op de deskundigheidsgebieden management en organisatie.

## Samenwerking

BALANS *plus* is ontwikkeld vanuit een intensieve samenwerking tussen Lutina Bruggeman van Lucon *plus* en de arts David J. Kopsky van het ORES instituut te Soest. Deze samenwerking leidt tot de juiste balans in de expertises. Deskundigheid in de ontwikkeling van organisaties en deskundigheid ten aanzien van persoonlijk welzijn. De uitvoering van BALANS *plus* wordt verzorgd door deskundigen van zowel ORES als ook van Lucon *plus*.

## Wie zijn wij?

Lucon *plus* is een onafhankelijk adviesbureau op het gebied van management en consultancy. Wij opereren vooral binnen de financiële dienstverlening. Ook in andere branches hebben wij onze meerwaarde reeds bewezen. Dankzij de ervaring en vaardigheden van onze partners en medewerkers is een groot aantal projecten succesvol afgerond.



Het ORES instituut voor Neuroacupunctuur heeft onder meer als doelstellingen voor de patiënt de kwaliteit van leven te verbeteren op verschillende vlakken en om handvatten aan te reiken, zodat de patiënten meer vrijheidsgraden in het leven ontdekken.

## Geïnteresseerd?

Bent u geïnteresseerd in wat BALANS *plus* voor u kan betekenen? Neem dan contact met ons op door te bellen met:

- Lucon plus: +31 (0)36 54 98 280. Mailen kan natuurlijk ook, het adres is [info@luconplus.nl](mailto:info@luconplus.nl). Kijk ook eens op [www.luconplus.nl](http://www.luconplus.nl) voor informatie over alle diensten van Lucon *plus*.
- ORES: 06-28671847. Ook kunt u reageren via [djkopsky@ores.nl](mailto:djkopsky@ores.nl)